

Hammelbraten

1 kg Hammelrücken oder -keule,
Salz, 2 bis 3 Eßlöffel Öl,
3 bis 4 Eßlöffel Margarine oder Hammelfett,
Dill oder Petersilie.

Das Fleisch waschen, von Sehnen oder Häutchen befreien, salzen, mit Öl bestreichen und in heißer Margarine oder im abgelösten, zerkleinerten Hammelfett in der Backröhre garen, wobei das Fleisch immer wieder mit dem Bratsaft begossen wird. Den Braten in Scheiben schneiden und auf einer Platte mit gewiegtem Dill oder Petersilie bestreuen oder mit Petersilienblättchen verzieren.

Als Beilage passen in Butter geschwenkte Salzkartoffeln, Bratkartoffeln, weiße Bohnen in Tomate oder grüne Bohnen in Butter. Auch die Beilage wird mit dem Bratsaft begossen und mit gewiegten Kräutern bestreut.

Nach Belieben kann das gesalzene Hammelfleisch auch mit einigen Knoblauchzehen gespickt werden, bevor man es mit Öl bestreicht. Aus dem rohen Fleisch können auch die Knochen ausgelöst und für Brühe angesetzt werden. Dann das Fleisch rollen, zusammenbinden, salzen und nach dem Anbraten 1 halbierte Zwiebel, 4 zerdrückte Wacholderbeeren, 1 geputzte Paprikafrucht und 2 Tomaten zufügen. Den Bratsaft mit heißer durchgeseihter Knochenbrühe aufkochen und mit 2 Teelöffel angerührtem Stärkemehl binden.